

Patienteninfo: Chinesische Medizin

Die **Traditionelle Chinesische Medizin kurz TCM** beruht auf einer etwa 3000 Jahre alten Medizinentwicklung in China. Sie stellt zur derzeitigen naturwissenschaftlichen, technologisch hoch qualifizierten westlichen Medizin eine hervorragende Ergänzung dar. Sie betrachtet den Menschen „mit einer anderen Brille als die westliche Medizin“. So kann die TCM neben manifesten Krankheiten schon Befindlichkeitsstörungen und funktionelle Störungen behandeln, die mit der westlichen Medizin nicht darstellbar sind.

Da körperliche und psychische Vorgänge in der chinesischen Begrifflichkeit immer zusammen gedacht werden, und da die Chinesische Medizin mit logischen, **regulativen**, kybernetischen Modellen arbeitet, ist diese „alte Heilkunst“ ein hoch modernes wissenschaftliches Behandlungssystem. In dieser Medizin gibt es die Vorstellung, dass jeder Mensch einen **individuellen Sollwert** hat, um den sich ein gesunder Mensch ständig bewegt. Befindlichkeitsstörungen, Fixierungen oder Blockierungen innerhalb dieses natürlichen Bewegungsflusses werden als Krankheiten gesehen. Eine Behandlung mit TCM bringt diese Stockungen wieder in Bewegung, gleicht zu kleine oder zu große Schwankungen aus oder ergänzt fehlende Substanzen, die der Mensch als Grundlage seiner Funktionen benötigt. **Störungen** treten durch äußere (wie z.B. Kälte, Feuchtigkeit) oder innere (emotionale) **Wirkkräfte** auf, die auf einen Menschen mit einer bestimmten konstitutionellen Voraussetzung in seiner momentanen funktionellen Lage treffen und daher unterschiedliche Wirkungen hervorrufen.

Ziel der Therapie

ist immer, dem Patienten Wege zu zeigen, sich - zunächst mit Hilfe der Behandlung - später selbstständig - wieder auf den ihm entsprechenden Sollwert regulieren zu können, und die hierfür notwendige **Kompensationsfähigkeit** wieder zu erlangen. Die **Eigenbeteiligung** des Patienten spielt eine entscheidende Rolle in der TCM. *Der Arzt sieht sich als Gärtner, nicht als Mechaniker.*

Der Patient hat daher in der Chinesischen Medizin viele Möglichkeiten im Sinne seiner Gesunderhaltung und Krankheitsvorbeugung mitzuwirken. Andererseits interveniert die Chinesische Medizin konkret und substantiell.

Wie der Weg der Behandlung aussieht, richtet sich immer individuell nach der erstellten komplexen Diagnostik.

Die Diagnostik beinhaltet das Betrachten und das Betasten des Körpers, auch der Zunge und des Pulses des Patienten sowie das Befragen und Erfassen der Reaktionen auf Interventionen.

TCM ist mehr als Akupunktur

Die Chinesische Medizin beinhaltet verschiedene Methoden, mit denen der Arzt einwirken kann oder auch der Patient selbst Einfluss nehmen kann.

In den 60er Jahren kamen, im Zuge des Suchens nach Ergänzungen zum westlichen medizinischen System, einige Kurzversionen der TCM auf den westlichen Markt. Inzwischen haben sich viele Ärzte weiterqualifiziert, es gibt viele Anbieter, die Akupunktur lehren, einige wenige, die auch TCM lehren und es gibt viele unterschiedliche Sicht- und Lehrweisen. Das gesamte Spektrum der TCM beinhaltet neben der Akupunktur, die Chinesische Arzneimitteltherapie, die Diätetik, die Chinesische Manuelle Therapie (Tuina), die Psychotherapie nach der TCM und Qi Gong als Atem- und Bewegungstherapie.

Akupunktur

ist eine Methode, die mit dem Einstechen feiner Nadeln an bestimmten Körperpunkten (Reflexpunkten) arbeitet. Die Akupunktur ist eine Reflextherapie mit der regulierend auf das Qi und die Funktionskreise eingewirkt werden kann.

Chinesische Arzneimitteltherapie arbeitet mit Kräutern, Blüten, Wurzeln, Stängeln von Pflanzen, Rinden, gelegentlich Muscheln und anderen Substanzen.

Bedrohte Tier- oder Pflanzenarten werden in Deutschland nicht eingesetzt. Eine strenge Kontrolle der Arzneimittelqualität durch deutsche Labors sorgen für die nötige Sicherheit.

Die Arzneimitteltherapie wird besonders bei chronischen Erkrankungen angewandt.

Da chinesische Pflanzen wirken, d.h. auch Nebenwirkungen verursachen können und erst nach der Erstellung einer individuellen chinesischen Diagnostik zusammengestellt werden können, sollten Sie sich die Heil Tees von einem hierin ausgebildeten Arzt verschreiben lassen.

Diätetik

ist sozusagen der Alltagsgebrauch von Wissen über Wirkungen einzelner Lebensmittel. Hier sind die Geschmacksrichtung, die Wirkung auf bestimmte Körperfunktionen, die „Temperatur“, die Farbe des Lebensmittels von Bedeutung.

Chinesische Manuelle Therapie

Sie wird auch Tuina (tui = schieben, na = kneifen) genannt. Sie ist eine eigenständige manuelle, physikalische Heildisziplin und unterscheidet sich von der Massage dadurch, dass sie nach dem System der TCM arbeitet. Sie verfügt über ein großes Spektrum von manuellen Techniken und wird sowohl bei Beschwerden im Bewegungsapparat als auch bei inneren Erkrankungen eingesetzt. Sie bringt den Fluss der Energien und die Funktionen des Körpers wieder in Gang und ins Gleichgewicht.

Qi Gong

Die Arbeit mit dem Qi, ist eine chinesische Atem- und Bewegungstherapie, deren Übungsformen früher nur innerhalb der Familie weitergegeben wurden und deshalb viele verschiedene Übungsformen beinhaltet. Die Bewegungs-Abfolgen sind leicht zu erlernen, entfalten Ihre volle Wirksamkeit wie alle übenden Verfahren allerdings nur bei beständiger Durchführung (wie Zähneputzen). Schon mit einem recht kleinen Formen-Repertoire erhalten Sie Möglichkeiten, sich vor Stresssituationen besser zu schützen und sich emotional wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Psychotherapie

Nach der TCM ist ein komplexes, diffiziles System über das der Arzt Menschentypen mit ihren jeweiligen zwischenmenschlichen Aufgaben, ihren spezifischen Kommunikations- und Erlebensformen, ihren typischen Konfliktsituationen sowie körperlich-emotionalen Re-Aktionen erkennen und besser verstehen kann. Hierüber können bei Bedarf auf unkomplizierte Weise körperliche Symptome verstehbar gemacht und der Patient ermutigt werden, eine größere Stimmigkeit zwischen oft widersprüchlichen Persönlichkeitsbedürfnissen und -anteilen zu entwickeln. Es mag hilfreich sein zu erkennen, in welchen Situationen der Körper mit Missemfinden, Funktionsstörungen oder Funktionsveränderungen reagiert, um darüber Strategien zu entwickeln, solchen Situationen vorzubeugen, sie anders zu gestalten und zu bewältigen.

Die TCM sieht den Menschen wie ein **Netzwerk** mit unterschiedlichen Ebenen. Der Arzt kann die „Netzwerkblockaden“ erkennen und helfen Strategien zur Lösung zu entwickeln.

Im Rahmen der natürlichen Lebensrhythmen kann das „Netzwerk Mensch“ wieder in den „Fluss“ kommen.

Krankheitsbilder, die mit TCM behandelt werden können?

Ganz einfach: Eigentlich alle, je nach Ausbildungsstand des Arztes.

Grade Kinder können von den unterschiedlichen Therapieformen profitieren.

Eine Arbeitsgruppe unserer TCM-Ärzte beschrieb die Chinesische Medizin wie folgt:

In der TCM werden körperliche Befunde und persönliche Wahrnehmungen und Gefühle des Patienten nach einer wissenschaftlichen Ordnung zu einem ganzheitlichen System zusammen gefügt. Hierbei sind die Wahrnehmungen und Gefühle des Patienten genauso wichtig wie die vom Arzt erhobenen Befunde. Dieses so gewonnene Gesamtbild des Patienten führt zu einer klaren Diagnose von der aus mit einer rational nachvollziehbaren Therapie die Behandlung einsetzt.

Viele Krankheiten können mit einem oder mehreren **Behandlungsverfahren** geheilt oder gebessert werden:

Von innen:

- Chinesische Heilkräuter
- Diätetik
- Qi Gong

Von außen:

- Akupunktur / Moxa
- chinesische Manuelle Therapie

Aus diesen Methoden wird ein umfassender und persönlich auf den Patienten zugeschnittener Behandlungsplan erstellt und richtungsweisend durchgeführt.

Dieser Behandlungsplan ist für den erkrankten Organismus als eine Anleitung zur Selbsthilfe zu verstehen. Gleichzeitig stellt die Hygiene der Lebensführung eine prophylaktische Maßnahme dar.

Die **Deutsche Gesellschaft für Traditionelle Chinesische Medizin (DGTCM)** mit Hauptsitz in Heidelberg ist eine Gesellschaft zur Forschung und Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin. Sie entstand vor etwa 20 Jahren aus einem Arbeitskreis TCM an der Universität Heidelberg. Auch derzeit arbeiten Ärzte an Forschungsprojekten zur Wirkung der TCM an der Uni Heidelberg und den angegliederten Instituten. Regelmäßig gestaltet die DGTCM an der Uni Heidelberg eine Vorlesung über Chinesische Medizin.